



CE

itensic

Model: f-effect

Instrukcja obsługi urządzenia





Zawartość instrukcji obsługi

Spis treści

1	Podstawowe informacje	3
1.1	Słowo o niniejszej instrukcji.....	3
1.2	Prawa autorskie.....	3
1.3	Sprzedaż / Serwis / Producent	4
1.4	Oznaczenia na urządzeniu	4
1.5	Dane techniczne	4
2	Opis urządzenia	6
2.1	Zasady użytkowania.....	6
2.2	Funkcje w linii urządzeń "itensic"	6
2.3	Funkcje urządzenia związane z bezpieczeństwem	7
3	Ustawianie i montaż urządzenia	8
4	Osprzęt urządzenia.....	9
4.1	Ustawienie poziomu trudności.....	9
4.2	Ustawienie oparcia i podpórki nóg.....	9
5	Użytkowanie urządzenia	11
5.1	Informacje dotyczące bezpieczeństwa podczas użytkowania.....	11
5.2	Używanie siedziska	11
5.3	Zwiększanie obciążenia	12
5.4	Bezpieczne kończenie użytkowania	12
6	Konserwacja	13
7	Koniec życia produktu i recykling.....	14



1 Podstawowe informacje

1.1 Słowo o niniejszej instrukcji

Instrukcja ta zawiera ważne informacje na temat bezpiecznego użytkowania urządzenia *itensic* f-effect trainer. Należy je przechowywać w takim miejscu, aby terapeuci oraz inni użytkownicy mieli do nich nieograniczony dostęp.

Instrukcja musi być uważnie przeczytana przez rozpoczęciem użytkowania urządzenia. Należy ją zachować w dobrym stanie przez cały okres używania, zapewniającym jej czytelność.

Instrukcja jest tylko prawidłowa dla urządzenia w niej opisanego i nie podlega zmianom dokonywanym przez serwis producenta.

Celem tej instrukcji jest bezpieczne użytkowanie urządzenia. Przy czym nie zawiera ona jednak kompleksowego i pełnego opisu technicznego urządzenia.

Sam producent nie jest odpowiedzialny za szkody wywołane nieprawidłowym i nieodpowiedzialnym użytkowaniem oraz za niewystarczającą wiedzę użytkownika zaczerpniętą z instrukcji.

1.2 Prawa autorskie

Instrukcja ta nie może być kopiowana, ani rozpowszechniana, czy to w całości czy w częściach, bez pełnej zgody producenta. Dotyczy to również zapisywania jej na innych nośnikach.


Instrukcji nie należy używać do celów innych niż te, do których jest przeznaczona. Przekazywanie jej osobom trzecim bez zgody producenta jest niedozwolone.

Wszelkie prawa zastrzeżone dla Reinbold GmbH & Co. KG. Dotyczy to również wszelkich tłumaczeń tego dokumentu.

Wszelkie wykroczenia/naruszenia będą powodowały konieczność zapłacenia odszkodowania.



1.3 Sprzedaż / Serwis / Producent

Sprzedaż:	Proxomed Medizintechnik GmbH Daimlerstr. 6 63755 Alzenau Tel.: +49 6023 9168-0 Email: info@proxomed.com
Serwis:	Proxomed Medizintechnik GmbH Tel.: +49 6023 9168-77 Fax: +49 6023 9168-71 whatsapp: +49 6023 916877 Email: service@proxomed.com
	Reinbold GmbH & Co. KG Gewerbestr. 13-16 D- 79364 Malterdingen
Autoryzowany Dystrybutor w Polsce:	Przedsiębiorstwo Handlowo-Usługowe Technomex sp. z o.o. 44-141 Gliwice, ul. Szparagowa 15 Tel. +48 32 401 03 50, +48 32 238 27 93; Faks. 32 401 03 50 w. 66 biuro@technomex.pl www.technomex.pl

1.4 Oznaczenia na urządzeniu

Na urządzeniu jest tabliczka znamionowa z podanymi symbolami:



Typ urządzenia, numer seryjny, rok produkcji, dodatkowe maksymalne obciążenie oraz maksymalna waga użytkownika są umieszczone na tabliczce znamionowej.

1.5 Dane techniczne

Powierzchnia podstawy	około 1,446 x 992 mm
Wysokość urządzenia	około 1,785 mm
Ciężar urządzenia	około 97 kg
Ciężar niższej sekcji	około 50 kg



Ciężar wyższej sekcji	około 30 kg
Średnia intensywność użytkowania:	320 dni / rok; 10 godzin / dzień

2 Opis urządzenia

2.1 Zasady użytkowania

Urządzenie *itensic* zostało zaprojektowane do innowacyjnego treningu dla wyspecjalizowanych zabiegów fizykoterapii pacjentów oraz innych osób zainteresowanych treningiem na urządzeniu. Koncepcja leczenia tym urządzeniem została rozwinięta przez fizjoterapeutów oraz terapeutów manualnych.

Urządzenie *itensic* jest stosowane do medycznie uzasadnionego treningu, który umacnia plecy oraz brzuch jednocześnie od wewnątrz.

Zasada urządzenia opiera się na środku ciężkości użytkownika, którego masa ciała generuje środek ciężkości na siedzisku. Siedzisko musi być zrównoważone przy pomocy siły mięśni. W tym celu siedzisko urządzenia, które porusza się w linii prostej, może być ustawiane pod różnym kątem.

Przy użyciu mięśni, które są ćwiczone, użytkownik porusza się na siedzeniu naprzemiennie do niższej pozycji, a później odpycha się do tyłu.

Ciało użytkownika spełnia funkcję ciężaru urządzenia. Wymuszony ruch w linii prostej zapewnia trening docelowych grup mięśniowych. Jako że inne grupy mięśni nie są używane, cała energia jest wykorzystywana do umacniania mięśni docelowych.

W rezultacie, wszelkie ruchy powodują to, że dolny obszar pleców jest prawie w całości ustabilizowany, zatem więc trening jest możliwy bez ryzyka odniesienia obrażeń.

2.2 Funkcje w linii urządzeń "itensic"

Użytkowanie urządzenia f-effect trainer może być połączone z dwoma innymi urządzeniami (b-effect i s-effect). Wszystkie trzy urządzenia ukierunkowane są na intensywne ćwiczenia mięśni w obszarze dolnych partii pleców. Różnica leży w zajmowanej pozycji siedzącej w stosunku do wykonywanych ruchów. Co za tym idzie, w pobudzaniu innej grupy mięśniowej:

- *itensic* f-effect ("Przód") stymuluje dolne mięśnie brzucha, Zewnętrzne oraz wewnętrzne mięśnie skośne brzucha, a także dolne partie brzucha. W przeciwieństwie do innych urządzeń, zginacze stawu biodrowego nie mogą być używane do kompensacji.
- *itensic* s-effect ("Bok") jest przeznaczony do ćwiczeń mięśnia poprzecznego brzucha. W odróżnieniu do innych urządzeń, odwodziciel stawu biodrowego nie może być używany do kompensacji.
- *itensic* b-effect ("Tył") trenuje głębokie mięśnie grzbietu, w szczególności mięsień wielodzielny. W odróżnieniu do innych urządzeń, prostowniki bioder nie mogą być używane do kompensacji



2.3 Funkcje urządzenia związane z bezpieczeństwem

Na podstawie stosownych przepisów, urządzenie – *itensic* jest przypisane do Klasy 1, zgodnie z Dyrektywą o Wyrobach Medycznych 93/42/EEC.

Podstawa posiada średnicę o wymiarach 992 x 1446 mm. Gwarantuje to to, że środek ciężkości zajmowanego urządzenia wyklucza ryzyko przechylenia się z każdej pozycji bez względu na ciężar użytkownika. Urządzenie nie musi być mocowane, ani przymocowywane do podłogi. W celu zapobiegnięcia ryzyka poślizgnięcia się, powierzchnia użytkowa urządzenia pokryta jest aluminiową blachą łożkową.

Każde urządzenie tworzy stałą, solidnie pospawaną konstrukcję, która została odpowiednio wyliczona pod względem budowy i zaprojektowana zgodnie z przewidywanymi obciążeniami.

Cała konstrukcja urządzenia jest pokryta farbą proszkową, by zapobiec zniszczeniom spowodowanym korozją. Siedzenie oraz inne powierzchnie kontaktowe urządzenia są wytapicerowane oraz obłożone łatwą do czyszczenia sztuczną skórą, która tak jak reszta urządzenia może być łatwo zdezynfekowana bez spowodowania kolejnych uszkodzeń w przypadku miejsc mających kontakt ze skórą pacjenta.



3 Ustawianie i montaż urządzenia

Trener itensic wysyłany jest do odbiorcy w pełni zmontowany. Jedynie regulowane stopki są dołączone osobno, więc muszą zostać wkręcone w spodnią część podstawy w nagwintowaną płytę.

Urządzenie jest wyposażone w 6 stopek o regulowanej wysokości z gumową powierzchnią na ich spodzie. W rezultacie czego, urządzenie może być dopasowane do podłogi w miejscu użytkowania. A regulowana wysokość stopki musi być wyrównana po wypozyjonowaniu, przez co urządzenie stoi poziomo i jest zabezpieczone przed przechyleniem się.

Ciążar jest określony w parametrach technicznych. Jeśli jest to konieczne, należy użyć odpowiedniego sprzętu do zawieszenia ciężaru podczas montażu trenera, aby zapobiec niebezpieczeństwu.

Podczas ustawiania urządzenia musi być zapewniony do niego bezpieczny dostęp oraz przestrzegane muszą być przepisy ratunkowe oraz bezpieczeństwa w sytuacjach awaryjnych.



4 Osprzęt urządzenia

4.1 Ustawienie poziomu trudności

Poziom trudności urządzenia zależy od kąta pozycji siedzącej. W zależności od sprawności fizycznej użytkownika, urządzenie może być dostosowane od lekkich oraz do ciężkich obciążeń. Żeby wybrać poziom trudności, kąt siedzenia w urządzeniu musi być zmieniony.

Aby to zrobić, należy ręcznie wyciągnąć do tyłu śrubę blokującą, która jest potem umieszczana z powrotem w otworze, po wybraniu odpowiedniego kąta.

Różne pozycje blokowania zaznaczone są na urządzeniu dużymi literami.

Urządzenie posiada 7 ustawień: A, B, C, D, E, F, G (patrz: rysunek 1).



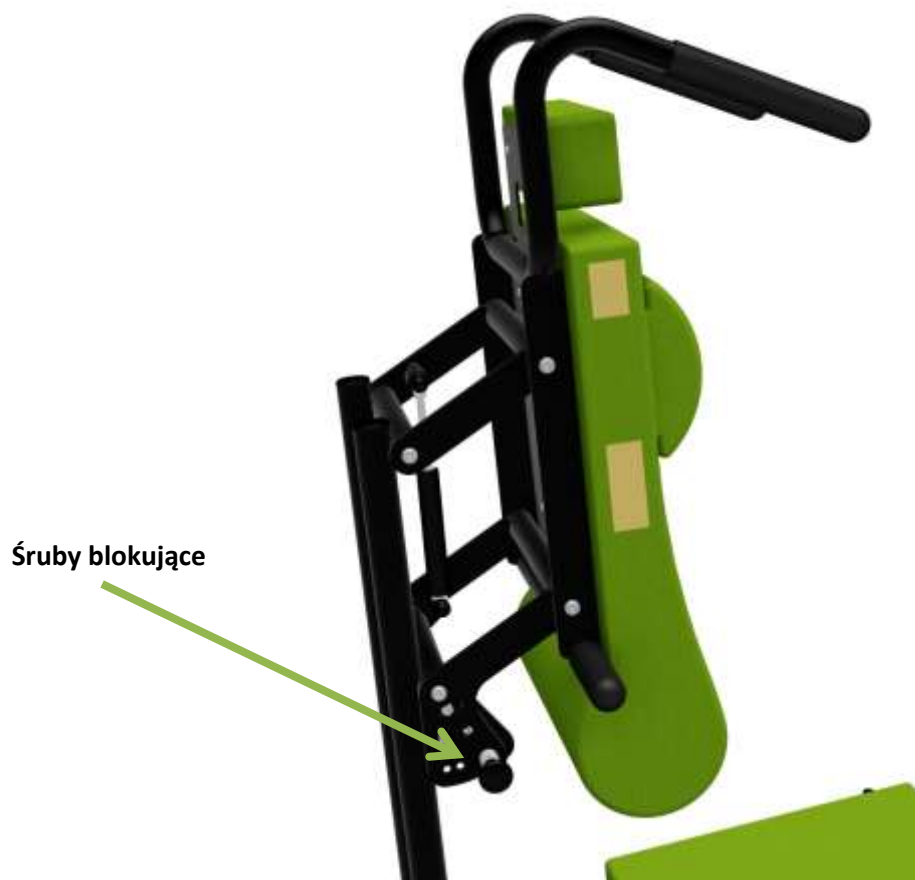
Rysunek 1: Ustawianie poziomu trudności

4.2 Ustawienie oparcia i podpórki nóg

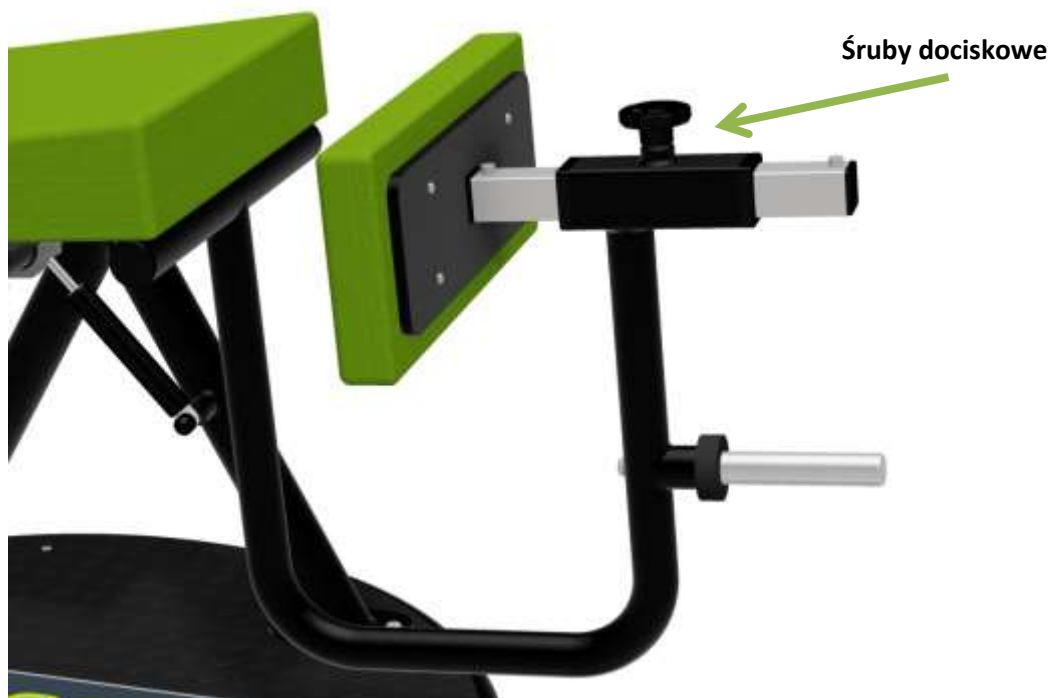
Pozycja oparcia i podpórki nóg może być dostosowana do wymiarów anatomicznych użytkownika.

Aby wykonać to dla oparcia należy ręcznie wyciągnąć dłońią każdą sprężynową śrubę, która jest potem umieszczana z powrotem w otworze, po wybraniu odpowiedniej pozycji.

Dla podpórki nóg, blokada jest wypuszczona poprzez przekręcenie śruby dociskowej i wtedy podpórka nóg może być przeniesiona do wymaganej pozycji poprzez naciśnięcie śruby blokującej. Wtedy zostaje to wypuszczone i musi zostać w pełni zamknięte na miejscu (słyszalny klik). Aby poruszyć podpórka nóg, rączka musi być ponownie naprężona.



Rysunek 2: Ustawienie oparcia



Rysunek 3: Ustawienie podpórki nóg



5 Użytkowanie urządzenia

5.1 Informacje dotyczące bezpieczeństwa podczas użytkowania



Używanie urządzenia przez pacjentów lub przez inne osoby, jest tylko dozwolone po odpowiednim instruktażu przez przeszkolonego specjalistę (terapeutę, trenera personalnego).



Podczas udzielania instrukcji należy wyjaśnić w szczególności, że przed zwolnieniem ruchów należy wywierać wystarczające napięcie lub siłę ciała na urządzenie, aby możliwe było zwolnienie blokad.

Osoba ćwicząca musi wiedzieć jak urządzenie można przywrócić do bezpiecznej pozycji przy pomocy śrub blokujących, po ukończeniu ćwiczeń.



Użytkownicy muszą być odpowiednio asekurovani podczas wprowadzania ustawień przez terapeutę. Ustawienie poziomu trudności musi być odpowiadać poziomowi sprawności fizycznej użytkownika. Jeśli występują wątpliwości odnośnie dozwolonego obciążenia, zawsze należy zaczynać od ustawienia najmniejszego obciążenia!



Przed rozpoczęciem treningu, urządzenie musi być dopasowane odpowiednio do wymiarów anatomicznych użytkownika poprzez ustawienie podpory pleców oraz nóg.



Ostrzeżenie! Istnieje ryzyko rozdarcia! Przy trenowaniu pozycji A, B, C oraz D, przyłożenie siły do oparcia pleców trenera może spowodować jego przechylenie.

5.2 Używanie siedziska

Gdy urządzenie jest w trakcie spoczynku, siedzisko jest zabezpieczone śrubą blokującą. Jeśli użytkownik usiadł i wszystkie ustawienia poziomu trudności oraz ustawienia podpórki klatki piersiowej oraz pleców zostały dopasowane prawidłowo (patrz: rysunek 2), śruba blokująca może być zwolniona dźwignią blokady (patrz: rysunek 3). Tylko po tym siedzisko będzie się poruszać.

Dźwignia blokady może być wprowadzona w ruch tylko, gdy siła ciała jest aktywnie stosowana ku górze, odwrotnie do siły grawitacji. W innym wypadku, siedzisko pozostanie zablokowane. To zapobiega niekontrolowanemu przesuwaniu się siedziska w urządzeniu jeśli ruchliwa oś jest wypuszczona, gdy użytkownik nie jest przygotowany, co w rezultacie może prowadzić do obrażeń.



Rysunek 4: Dźwignia blokująca

5.3 Zwiększanie obciążenia

Zwiększenie obciążenia wagi do 50 kg może być dokonane za pomocą odpowiedniego bolca do nadawania dodatkowego obciążenia (patrz: rysunek 5).



Rysunek 5: Bolec do nadania dodatkowego obciążenia i ustawienia limitu ruchu

5.4 Bezpieczne kończenie użytkowania

Po zakończeniu ćwiczenia, dźwignia wraca do pierwotnej pozycji i blokada jest zaciągnięta. Usłyszymy charakterystyczny dźwięk „klik”, jeśli blokada zostanie zaciągnięta.



6 Konserwacja

Ruchome części urządzenia nie muszą zostawać poddawane konserwacji.

Urządzenie musi być poddawane regularnemu czyszczeniu i sprawdzane pod kątem sprawnego działania oraz pod kątem tego, czy śruby są odpowiednio mocno przykręcone.

Jeśli zostaną wykryte uszkodzenia, muszą zostać one poddane jak najszybszej naprawie.

Części zamienne oraz zużyte muszą odpowiadać określonym parametrom technicznym.



Tylko oryginalne zamienne części spełniające odpowiednie warunki mogą być wykorzystywane do naprawy urządzenia. Jeśli urządzenie jest niesprawne w wyniku niepasujących części użytych do naprawy, producent nie ponosi za to odpowiedzialności.

Podczas dokonywania naprawy należy upewnić się, że nie zmienia się docelowej funkcjonalności urządzenia, przez to ryzyko niebezpieczeństwa jest zmniejszone.

Tylko odpowiednie przyrządy mogą być użyte do czyszczenia urządzenia.



7 Koniec życia produktu i recykling

W konstrukcji urządzenia nie użyto żadnych materiałów, dla których określono specjalne procesy ich utylizacji.

Jeśli urządzenie zostanie wycofane z użytkowania, należy przestrzegać obowiązujących przepisów krajowych oraz przepisów dotyczących utylizacji.

Podczas utylizacji środków czyszczących należy przestrzegać wymagań dotyczących charakterystyki oraz informacji dotyczących bezpieczeństwa, które muszą wcześniej zostać dostarczone przez dostawców.